



# Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

**Mans, Pieter**

□□: MarathonPlus

□□: 1831

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Senioren M30

□□□: 9:03:40

□□: 11.15 km/h

□□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□: 1 (of 45)

□□□□□/□: 1 (of 44)

□□□□□□: 9:03:40

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 9:03:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:44:01	5:20	1	-	5	1:43	19.50	1:44:01	5:20	1	-	34		
Kühude	20.50	1:41:29	4:57	1	-	1	-	40.00	3:25:30	5:08	1	-	34		
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:20:59	4:45	1	-	1	-	57.00	4:46:29	5:01	1	-	34		
Kühude	17.00	1:26:48	5:06	1	-	1	-	74.00	6:13:17	5:02	1	-	33		
Nasse Wiese	20.50	2:18:41	6:45	1	-	6	15:19	94.50	8:31:58	5:25	1	-	33		
□□	6.50	31:42	4:52	1	-	2	1:36	101.00	9:03:40	5:22	1	-	1	-	